

CÂY DÂU TẮM - MÓN ĂN, BÀI THUỐC

I. TÌM HIỂU VỀ CÂY DÂU TẮM

Dâu tằm ăn tên khoa học là *Morus alba albae*. Đông y gọi là tang ngọc vì toàn thân cây, vỏ, lá, trái dâu và đến cả con sâu đực ruột cây cũng được dùng chế tác thuốc. Trái dâu vị ngọt pha chua, tính mát, ăn tươi hay ngâm rượu dùng bồi bổ gan, thận, dưỡng kinh mạch, trừ cảm mạo, phong hàn. Rượu dâu để lâu năm giúp giảm ho có đờm xanh, hạ cơn suyễn.



Nghiên cứu y học hiện đại cho thấy: trong lá dâu có một số hoạt chất

như carotene, tanin, cholin, adenin, flavonoid...; Ngoài ra còn có một số chất khác như đường pentoza, calci, vitamin C, vitamin B...

Có 3 loại cây dâu: Dâu lâu năm cho quả tròn được trồng ở vùng Lái Thiêu, Cái Mơn ... ; dâu tây trồng ở Đà Lạt và dâu tằm ăn trồng đại trà ở nhiều nơi trong nước. Với ngành thuốc nam, cây dâu tằm ăn là vị thuốc rất quan trọng.

II. TÁC DỤNG CỦA CÂY DÂU TẮM

1. Giúp người cao tuổi

200gr con sâu dâu, sao khử thổ vàng (hoặc mua ở hiệu thuốc nam), 250ml mật ong, ngâm sau 10 ngày sử dụng giúp trẻ biếng ăn (mỗi lần 5ml), người cao tuổi suy nhược, mất ngủ, ho và tiểu đêm nhiều.

2. Cải thiện vấn đề về tóc

500gr quả dâu tươi, rửa sạch, ép lấy nước cốt, cho vào nồi đất nung với 200ml nước. Lúc đầu lửa to cho dâu mau nhừ, sau đó để lửa nhỏ đến khi sấp cô đặc thành cao thì cho vào 20ml mật ong và 300gr đường phèn, giữ trong lọ sành kín. Mỗi ngày uống 1 muống canh với nước nóng (cữ trà tàu). Liên tiếp 20 ngày chữa tóc bạc sớm, đặc biệt người trẻ bị hói sớm.

3. Chữa đau khớp

Người cao tuổi bị tê thấp, đau nhức, đứng lên, ngồi xuống đau buốt hông: Dùng 3kg vỏ + 3kg lá dâu, rửa sạch, sao khừ thô thật cháy vàng, tán nhuyễn. Mỗi ngày uống 2 lần trưa, chiều (sau bữa ăn), từ 2-3 muống canh. Liên tục đến khi dứt.

4. Chữa lao, hạch...

Chữa lao hạch, táo bón, uống rượu nhiều mờ mắt, ù tai, nữ cao tuổi huyết hư, hay hoa mắt do thiếu máu: 1kg quả dâu tươi rửa sạch, 300gr đường trắng, ngâm 2 lớp dâu, 1 lớp đường. Sau 10 ngày, uống mỗi ngày 3 lần, từ 15-20ml. Trong 20 ngày.

5. Trị phôi nóng, bí tiểu

Phôi nóng, bí tiểu, tiểu gắt: Dùng 1kg vỏ + rễ cây dâu nấu với 2 lít nước còn 0,5 lít. Uống hết trong ngày sẽ thông niệu đạo.

6. Chữa ra mồ hôi trộm ở trẻ

Lá dâu có tác dụng chữa bệnh đờ mồ hôi trộm ở trẻ em rất hay. Cách dùng: uống và vò lá dâu vào nước tắm cho trẻ. Lá dâu còn có tác dụng dưỡng âm. Thường được dùng để chữa tăng huyết áp, mất ngủ, phát ban chần, đau mắt đỏ... Liều dùng mỗi ngày từ 6-12g. Trong Nam dược thần hiệu, Tuệ Tĩnh cũng rất chú trọng đến việc dùng lá dâu chữa bệnh.

7. Tẩy sán xơ mít

Cành dâu có tên gọi là tang chi. Dùng dao tre cạo lấy vỏ trắng 3 năm, nước 3 bát sấc lấy một bát. Tối hôm trước phải nhịn ăn, sáng sớm uống lúc bụng đói, sán sẽ ra hết. Uống 2-3 lần.

8. Chữa viêm họng

Bài 1: Mộc nhĩ cây dâu lấy vào ngày 5 tháng 5 âm lịch, thứ trắng như vẩy cá. Khi dùng giã nhỏ, lấy lụa bọc lại thành viên, tắm mật ngậm có tác dụng chữa viêm họng.

Bài 2: Bạch cương tàm (con tắm vôi) 6 đồng cân, phèn chua 3 đồng cân, phèn chua phi 3 đồng cân. Tất cả tán nhỏ, mỗi lần dùng 1 đồng cân (khoảng 4g) uống với nước gừng để gây nôn. Trẻ em thì pha thêm bạc hà vào nước gừng, nếu nôn ra với đờm đặc thì rất công hiệu.

Bài 3: Bạch cương tằm sao, tán nhỏ, giã lẫn với quả mơ muối, viên bằng đầu ngón tay, bọc lụa lại mà ngâm, nuốt nước dần...

9. Chữa thiếu máu, mất ngủ

Quả dâu chín ngâm với đường (hoặc mật ong), mỗi ngày pha nước uống. Uống liên tục nhiều ngày càng tốt. Nếu mất ngủ, nên uống vào buổi tối trước khi đi ngủ.

Nguồn: www.dinhduong.com.vn

© 2008 Dinhduong - VINMEDIA.

Giấy phép Trang tin điện tử số 424/GP-CBC Bộ Thông tin và Truyền thông.